

Cepillate Por Dos



Un Comienzo Saludable

PARA TU BEBE



Hechos:



El cuidar de su boca durante el embarazo, va a ayudar a que usted tenga un bebé de término completo y saludable.



Manteniendo sus dientes saludables, puede ayudar a que los dientes de su bebé se mantengan saludables.



La oportunidad de adquirir la enfermedad de las encías aumenta durante el embarazo.



Durante el embarazo, su bebé no toma el calcio de sus dientes.



Es seguro visitar a su dentista cuando usted está embarazada.





¿Qué Debe Usted Hacer?



Cepílese los dientes por lo menos dos veces al día con una pasta con fluoruro.



Use el hilo dental por lo menos una vez al día.



Coma alimentos saludables. Evite tomar alimentos y bebidas dulces entre comidas.



Tome sus vitaminas prenatales.



Visite a su dentista para una revisión durante su embarazo.





VDH VIRGINIA
DEPARTMENT
OF HEALTH
Protecting You and Your Environment

DENTAL HEALTH PROGRAM

www.vahealth.org/dental